



5 visages cachés *de l'auto-sabotage* *Féminin*

et comment les transformer
en **pouvoir créateur**

pour entreprendre depuis ton essence.



01

Tu es une femme entrepreneure ou tu rêves de le devenir.

Tu as des idées brillantes, une envie profonde de contribuer, de créer depuis le cœur. Et pourtant... quelque chose bloque.

Tu procrastines. Tu doutes. Tu te sabotes. Tu te sens parfois invisible dans ta propre vie.

Ce n'est pas que tu n'es pas assez motivée. Ce n'est pas que tu manques de discipline. Ce n'est pas ta faute.

On ne t'a jamais appris à entreprendre en respectant ton énergie, ton rythme, ta nature intuitive et cyclique.

Dans ce guide, je t'invite à découvrir les 5 erreurs les plus courantes chez les femmes entrepreneures sensibles et engagées comme toi et comment les transformer en véritables sources de puissance intérieure.

Respire. Tu es au bon endroit.

02

Blocage n°1

Se couper de son corps

Quand on entreprend avec la tête uniquement, on finit par se perdre dans le "faire" en oubliant l'être.

Tu passes peut-être tes journées à planifier, à organiser, à chercher des stratégies, mais... tu n'entends plus ta voix intérieure. Ton corps est là pourtant, il sait ce qui est juste pour toi.

Je réfléchis trop, je
n'écoute plus
ce que je ressens.

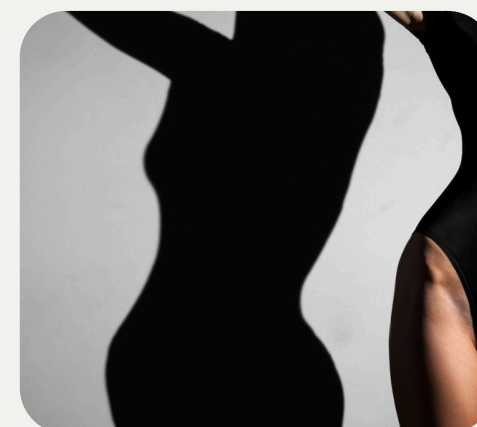
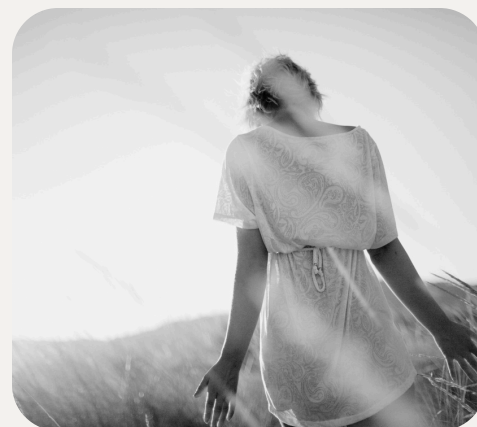


Transformation

Reconnecte-toi à ton corps chaque jour :

- Marche consciente
- Respiration profonde
- Mouvement libre (danse intuitive, yoga doux)

Ton corps est ton allié business. C'est lui qui t'indique ce qui est aligné (ou pas). Plus tu l'écoutes, plus tu crées avec justesse.



03

Blocage n°2

Chercher à faire comme les autres

Cette croyance est l'une des plus pernicieuses.

Tu te compares, tu t'alignes sur des modèles

qui ne te ressemblent pas. Et tu t'éteins à petit feu.

Tu n'es pas là pour copier. Tu es là pour incarner.

Je veux réussir... donc
je dois suivre ce que
les autres ont fait.

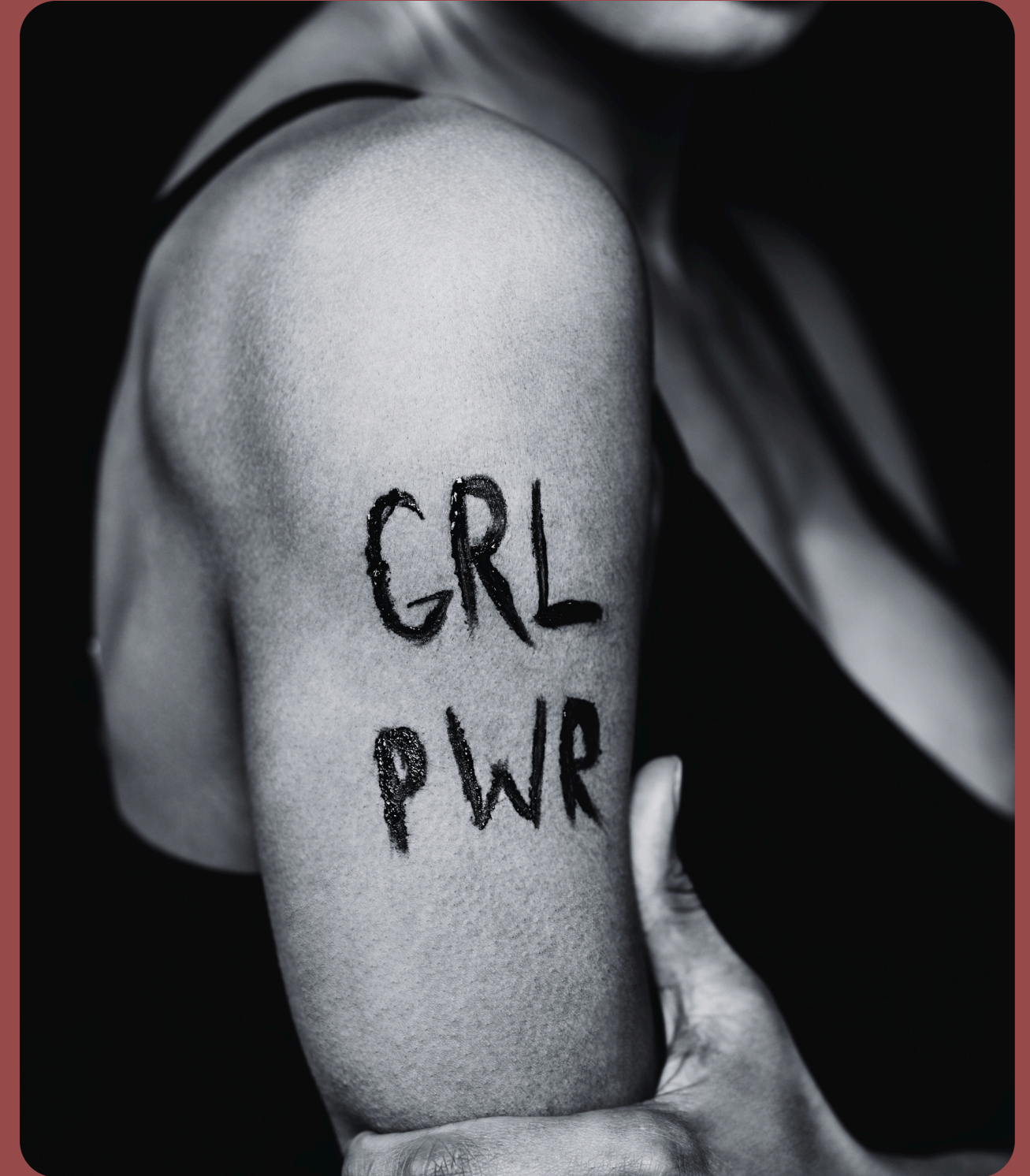


Transformation

Reviens à ton essence.

- * *Qu'est ce qui te fait vibrer profondément ?*
- * *Quelle part de toi as tu mises de côté pour plaire ?*
- * *Et si ton unicité était la meilleure stratégie*

Tu n'as pas besoin de rentrer dans une case.
Tu es ta propre stratégie.



04

Blocage n°3

Attendre de se sentir prête

Tu attends un moment magique où tu ne douteras plus, où tu te sentiras totalement légitime. Ce moment n'existe pas.

Ou plutôt : il se crée dans l'action.

La confiance vient après le saut, rarement avant.

Je le ferai quand je
serai plus confiante /
formée / alignée...



Transformation

Commence petit mais vrai.

- Une story où tu parles avec vulnérabilité
- Un email que tu envoies sans perfection
- Une offre ou un produit que tu proposes même si ce n'est pas "parfait"

L'action crée la clarté. Le courage précède la confiance.



04

Blocage n°4

Procrastination

Tu as probablement des peurs invisibles qui te freinent : peur d'être vue, de ne pas être à la hauteur, de déranger, d'échouer...

Ces blessures sont souvent anciennes, mais elles commandent encore ta vie professionnelle.

Je bloque, je repousse, je me cache, sans savoir pourquoi.

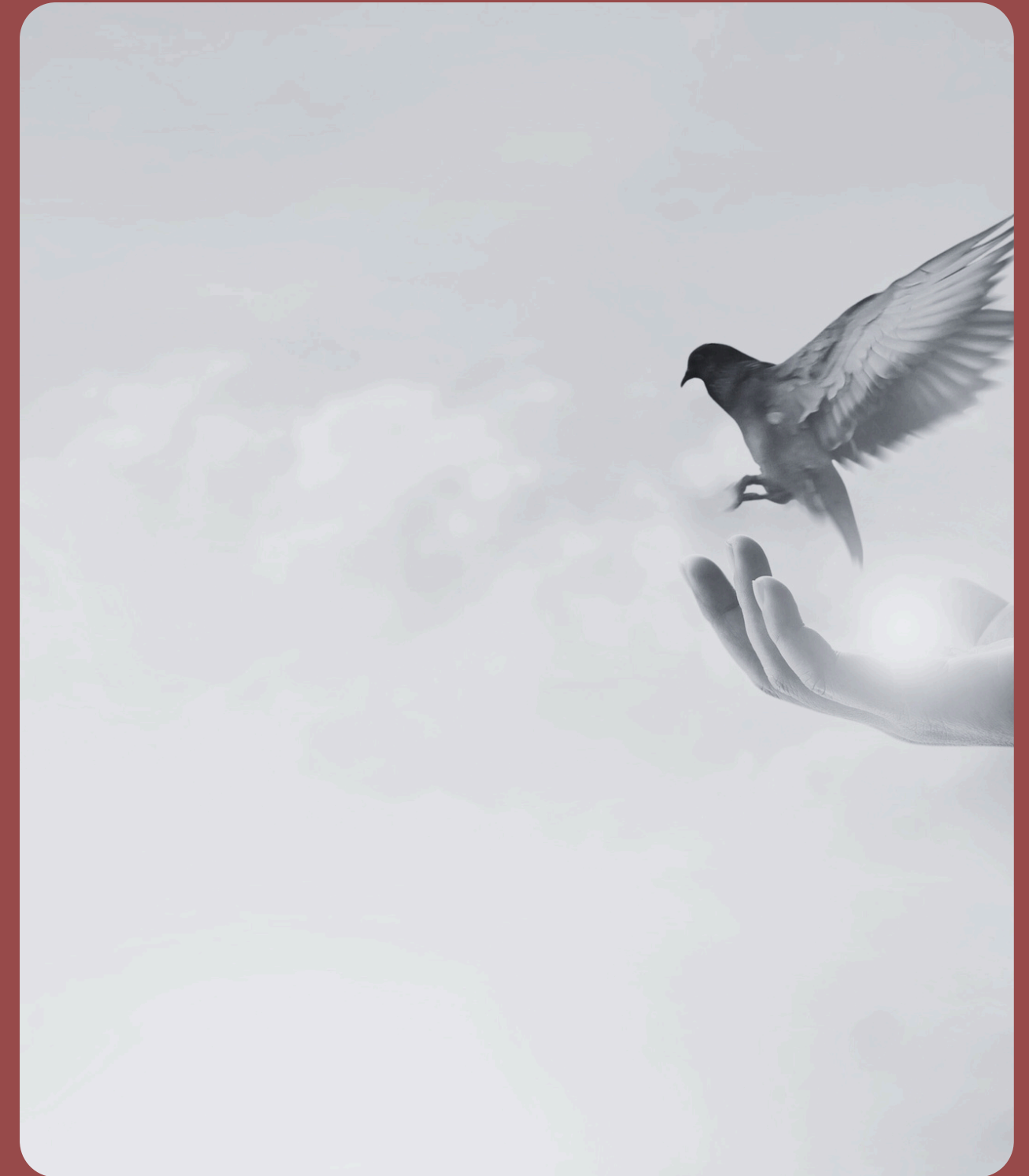


Transformation

Travaille en douceur avec ton
inconscient.

- *EFT (Emotional Freedom Technique)
pour libérer les émotions bloquées*
- *Journal intime pour donner une voix à tes
peurs*
- *Visualisation consciente pour libérer les
miasmes*

Tu n'es pas cassée. Tu es en train de te libérer.



04

Blocage n°5

Oublier de revenir à soi

Tu coches les cases, tu fais les to-do, tu suis les formations... Mais tu ne te sens plus connectée à toi.

Tu te lèves avec la boule au ventre, ou l'impression que ta vie n'a plus de goût.

Tu as oublié la source : toi.

Je fais tout pour
réussir... mais je me suis
perdue en route.



Transformation

Crée un rituel de retour à toi :

- 10 minutes le matin sans écran
- Une question d'introspection par jour
- Une pratique corporelle douce chaque semaine

Ta puissance commence dans le silence
intérieur.



Ces 5 blocages je les ai tous vécus

Et je les revis parfois, par vagues.

Mais aujourd'hui, je sais comment revenir à moi. Sans tout arrêter

J'ai appris à écouter mon corps.

J'ai arrêté de me comparer.

J'ai osé créer depuis mon essence.

Et c'est exactement ce que je propose dans mon programme Reconnexion Intérieure.



06 *Mes offres*

Tu n'as pas besoin de devenir quelqu'un d'autre ni la version plus plus de toi. Tu as juste besoin de te retrouver, de te remettre au centre de ta vie et de te reconnecter à ton corps. Il est ta boussole de vie. .

Reconnexion Intérieure

Un programme doux et puissant, au prix accessible de 29€, pour t'aider à revenir à toi, libérer tes blocages, et retrouver ta puissance féminine.



Et si tu es prête à un vrai
changement,
je t'invite à
réserver
un appel découverte
gratuit pour mon
accompagnement
personnalisé de 3 mois.

06b *Mes offres*

Tu n'as pas besoin de devenir quelqu'un d'autre ni la version plus plus de toi. Tu as juste besoin de te retrouver, de te remettre au centre de ta vie et de te reconnecter à ton corps. Il est ta boussole de vie. .

Révélation intérieure

**Trois mois de processus de libération intérieure et
de transformation profonde**

Révélation intérieure c'est la porte que tu choisis
d'ouvrir pour révéler enfin qui tu es vraiment, en
déposant les couches de protection accumulées
au fil du temps.



Et si tu es prête à un vrai
changement,
je t'invite à
réserver
un appel découverte
gratuit pour mon
accompagnement
personnalisé de 3 mois.

07 *Me contacter*

- * *Email* _____ contact@julienavaro.fr
- * *Réseaux sociaux* _____ Julie Navaro L'appel du Corps
- * *Site internet* _____ julienavaro.fr

